प्रसूती के वक्त बईठ के लडिक्याॅ पईदा करयं।.

श्रीमती बी.जी. शेषाद्री क बईठ के प्रसुती क सुखद अनुभव

श्रीमती बी.जी.शेषाद्री जब पहिले दईयाॅ गर्भावती भयलं रहीन त ओनकर प्रसूती एक्खे सुसज्ज अस्पताले में सिजेरीअन सेक्शन में पेट चिरके किया गयलं।प्रसूती होईके श्रीमती-शेषाद्री जब घरे पहूचीनं तब ओन पूरी तरह से थक गयलं रहीनं। जिदंगी भर भूलन पईही अईसन थकान ओन्हय ऊ प्रसूती के दौरान भयलं। ओन फिरसे दूबारा लडिक्याॅ न पैदा करयं क निरण्यं लिहिनं। ओन अपने कामवालीक चारठे लडिक्याॅ देखकें ओसे पुच्छीत की तु किहू तौहयं प्रसुती में तकलीफ नाय होत? ऊ कहेस-बिलकूल नायं। काहीके कि हम सभे झोपड़ी में रहयं वाली बाई, आपके तरह अस्पाताले में नाय जाईतं। घरे में ही चादर डालके जईसन लोग संडास बीना बईठन ऊही तरीका से मुकरे मुकरे बईठ के हमार सक्कर प्रसुती होय जाथं। जवने तरिकासे पिसाब-पैखाना संडास करथेनं उही तरिकेसे आसानीसे प्रसूती होय जाथं। अगर आपव अईसन करीहींत आपव के भी आसानी से प्रसूती होय जाई। थकान बिल्कूल नाय होतं। ई बातपे श्रीमती शेषार्दी बहूत सोचीनं। नवी मुबंई के जुग्गी झोपडीयन के भेट दिहीनं। तब ओन्हय विश्र्वास भयंल कि कामवाली सही कहत रहीलं। काहीके की ऊहाॅ क मेहरारू घरेमेंही बईठ के प्रसुती करतं रहीनं। ऊहाॅ हर एक मेहरारून के 3-4 बार बिना थाकान के खुशीसे प्रसुती भयलं रही। ई तरिकासे भविष्य में श्रीमती शेषाद्री जब दुसरे दईयाॅ गर्भावती भईनं तब घरेही पढ़ल लिखलं दाई के बुलवाई न अऊर -मुकरे बईठ के प्रसुती करवाईनं। हमय ओनक चिट्ठी आईलं जेम्मा लिख्खा रहा- डॉ. हेमंत, हमयं जब पहिली दईयाॅ जब सूतके प्रसुती भईलं तब हमयं नरक जईसन तकलिफ सहयं पडलं। यह दईया बईठ के प्रसूती करयं से हमय स्वर्ग जईसन सुख प्राप्त भयलं। ऐहीबाना कुल मेहरारून से ई प्रार्थना बा

कि ई नरक जईसन तकलीफ से मुक्ती पावय बीना मुकरे-मुकरे बईठ के प्रसुती करयं। जेसे आपके स्वर्ग मिली। ऐहिबीना कुल डॉक्टरन से हमार आग्रह बाकी सभ्य महतारीन के उकरे मुकरे बईठ के प्रसुती करवाव्य क व्यवस्था करयं। ई लिखल सभय मेनीटीही होम के डॉक्टरन के दिखाव्य क जरूरत बां।

बिना नरक तकलिफ के सभय औरतन महतारीक सुख लेयं सक्थीनं।अईसन श्रीमती शेषाद्री जी खुद अनुभव किहे हईनं अऊर अपने अनुभव से सबके अवगत करवाये हईनं।.

दुनिया भरेमें नवजात लडिक्यॉ क मरयक मात्रा सबसे ज्यादा अपने देश में बां।. लडिक्यॉ पईदा करयं मे देर के वजह से आव्य वाली समस्या क मात्रा भी दुनिया में चिन्ताजनक बां।.

(ऐम्मा लडिक्यॉ अऊर म्हतारी के जान के खतरा पईदा करयंवाला बहुत वजह बां।.) केतने दईयॉ लडिक्यॉ के सबे महतारी के जान के भी खतरा होथं।. ऐकर भी सबसे ज्यादा मात्रा अपने देश में बां।. ऐकर मात्रा इतना ज्यादा बा की 14-15 साल के औस्तन के मृत्यू कवन्व अऊर बीमारी से ज्यादा प्रसूती के वजह से होथ।। अईसन गंभीर अवस्थामें स्त्रीरोग विशेषज्ञ अऊर बालरोग विशेषज्ञ (औरतनं क डॉक्टर अऊर लडिक्यन क डॉक्टर) के चैन से न बईठ के चाहीं।.

अपने ईहॉ डॉक्टरन के मदत से होव्यवाली प्रसूती ज्यादातर सुतके होथं।. लेकीन घरेमें होव्यवाली ज्यादातर प्रसूती सुतके बजाय मुकरु बईठ के होथं।. ऐम्मा से कवन तरिका अच्छा बा ऐकर जानकारी जरुरी बां।. कई डॉक्टरन अऊर संसारिक आरोग्य संगठन ने मुकरु बईठ के प्रसूती आसान के सही बताऐ हऐनं।. ई आसन क कई फायदा बां।. ऐसे प्रसूती कम वक्त में होथ, तकलीफ कम होथ, म्हातारीन के कमर के हड्डीके कम तकलिफ होथ अऊर ज्यादातर लडिक्यॉ के दम घुटयं क खतरा कम होथं।. सिझेरियन प्रसूती करय कभी जरुरत ऐम्मा कम पडथं।. निरक्षण से हम्मे सक्के ई पत्ता चला बा की जवन मेहरारू घरेमें अऊर अस्पताले में दुनव जगह पे प्रसूती भयलं बाईन, ओन्हन के मुकरे बईठ के करयवाली प्रसूती, अस्पताले में सुतके किहल गयल प्रसूती भयलं बां। एक्खे औरत

जेके सातवे प्रसूती बीना अस्पतालेमें लई गऐन लेकीन सूतके ओकर प्रसूती नाय भईलं। ऊ मुकरु- मुकरु बईठीलं थोडी देर के ओकर प्रसूती भईल।. सुतके या बईठके ई बातपे कई दईयॉ औरतन अऊर डॉक्टर न क कई बार ताना - तानी भईल बां।. ई न होव्यके चाहीं।.

पश्चिम महाराष्ट्र क एक तरीका ध्यान देव्य योग्य बां।. ऐम्मा प्रसूती के वक्त कमरा के छत से बांधल रस्सी के पकड़के मुकरे बईठ के जोर लगाई के आसानी से प्रसूती होथ।. थोडा सोच्य पे ध्यान में आयल की आपन सभें सुतके पिसाब, शौच नाय करीत।. हमेशा खड़ा होईके या बईठ के करिथं।. बईठ के किहलं गयल मूत्र विर्जन के जईसन प्रसूती क ज्यादा सुखावत होई।. जवन की नैसर्गिक अऊर स्वाभाविक बां।. जटिल अऊर तकलीफदायक प्रसूती के ई तरिकासे करयं से योनिमार्ग पे कम तनाव पडयं। ई सभयं प्रक्रियामें गुरुत्वाकर्षण क लाभ उठाव्य के बात ठबा मुकरे बई" के।. मतलब सूतके किहत गयलं प्रसूती में गुरुत्वाकर्षण क फायदा न होईके तकलीफ ही होथं।. महतारी के बीना वजह तकलीफ होथ। ऐकर परिणाम महतारी नाहीत लडिक्यॉक दुनवजनेक मृत्यु होय सकथं।.

महतारी के कम पिरा मुकरु आसन में होथं। लडिक्यॉ के योनिमार्ग से बहरे खिचयबीना चीमटा, पंप आदि सामन क जरुरत कम बां।. ई प्राकर्तिक बां अऊर अईसन होव्य बीना दक्षता भी प्रक्तिक बां।. ऐहीबीना ऐकर उपयोग करबं जरुरी बां।

पूरान काल में चली आवता ई तरिकाक निर्सर्ग प्रक्रिया के प्रक्रिती क ही मंजूरी प्राप्त बां।. ई तरिकाक पूनर्जिवन अऊर ओकर प्रचार होय ऐकरे बीना अपने सक्के कोशिश करयं के चाही।. जानकार म्हतारी, दाई अऊर डॉक्टर के सहकार्य से ईसहज संभव बां।. हर एक प्रसूती बीना, ई तरिकाक जरुरत पडथं, अईसन हमार बिन्ती बां।.

जरुरी जवन प्रसूती कठीन अऊर तकलीफ दायक बा, ओके आसान करयं बीना ई तरिका के जरुरत में लियाव्यं।.

पूणा के.बी.ए. मेडिकल कॉलेज क जानकार प्रोफेसर डॉ.ए.आर.जुन्नरकर ऐनकर ई विषय पे काफी जानकारी बां।. ओन बईठ के प्रसूती तकलीफ

दायक होथ अईसन शास्त्रीय लेख भी लिखे हऐनं।.

पश्चिम देश में आजकाल औरतन के प्रसूती पूर्व फायबर ग्लासके कुर्सी पे बिठावथेन।. ऐसे प्रसूती आसानी से होय जाथं।. आसान प्रसूती गृहे में भी प्रसूती बीना छत में रस्सी बाध्यं क व्यवस्था होव्य के चाहीं।. जेसे प्रसूती होते वक्त छत से बाधलं गयलं मोट रस्सी छोडके ओके जवने महतारीन के प्रसूती होव्यवाली बा ओन्हन के बईठव्य के चाहीं।. नाहीत जवने म्हतारीक के बईठ के प्रसूती क पूर्वानुभव बा कम स कम ओन्हन के आसान प्रसूतीगृह में बईठ के प्रसूत होव्य देव्य के चाही।.

जवने तरिका से चार ठे आमदी के साह्यतासे फावडा, बेलचे से खिचके गिटटी भरलं ट्रक दिना भरेमें खाली करथेनं।. ऊहयं ऊ भरल ट्रक कुछ मिनिट में खाली होय जाथं।. काहीकेकी गुरुत्वाकर्षण शक्ती गिट्टी के बहरे निकालथं।. प्रसूती कभी अईसन बा।. सूतके प्रसूती बीना लगथ वाला समय के अपेक्षा बई" के प्रसूती जल्दी होथ। जईसे सोवत आदमी क नाक बदं होव्यपे ऊ छिन्कयं बीना उठके बईठयं।. काहिकेकी गुरुत्वाकर्षण के साहता बीना हमसभे नाक से बूदं भर पानी भी नाय निकाल सकीतं।.

3-3.1/2 किलो क लडिक्यॉ महतारी अपने पेट से बिना गुरुत्वाकर्षण के साहयता से कईसे बहरे निकलीही? ऊ सूतके प्रसूती करत्य थक जाथ, अऊर लडिक्यॉक दम घुटयं लगथं।. अईसन वक्त में पेटफाडके लडिक्यॉ के निकाल्य पडथं।.

केतने दईयॉ अईसन वक्त में लडिक्यॉ या महतारी या दूनवक मृत्यु होय जाथं।. ई तरिकासे भारत में हर रोज 7400 लडिक्यॉ अऊर 1000 महतारीन क मृत्यु होथं।.

आव ई सब जानकारी आपन सभे सबके देई।. लडिक्यन क अऊर महतारीनं के खुशी बीना सबसे कहिहीं लडिक्या क जन्म देते वक्त महतारी के खडा रहय के चाही या बईठ के चाहीं।. ई सबसे उत्तम देश सेवा बां।.